1.2 BEN بنغالي

সচেতনতামূলক আরাফা দিবস নির্দেশিকা



কৌশলগত অংশীদার

أوقاف
الهيئة العامة للأوقاف
GENERAL AUTHORITY FOR AWQAF

وزارة الحج والعمرة
MINISTRY OF HAJJ AND UMRAH



এই নির্দেশিকাতে আপনি আপনার হজ্জ যাত্রায় আরাফা দিবসের সঙ্গে সংশ্লিষ্ট প্রয়োজনীয় সকল তথ্য, দিক-নির্দেশনা ও পরামর্শ জানতে পারবেন।

এই নির্দেশিকাটি নিম্নলিখিত ভাষায় পাওয়া যাচ্ছে। পছন্দের ভাষার ওপর ক্লিক করে আপনি সেটা ডাউনলোড করতে পারেন:

English ENG	عربي AR
বাংলা BEN	Bahasa Indonesia IND
Français FRA	Hausa HAU
Türkçe TUR	اُرْدُوْ URD
Español SPN	Русский язык RUS
Bahasa Malaysia MAY	සිංහල භාෂාව SIN
አማርኛ AMH	فارسی PER
o'zbek UZB	हिंदी HIN

সূচিপত্র

পছন্দসই পৃষ্ঠায় যেতে যেকোনো শিরোনামে ক্লিক করুন





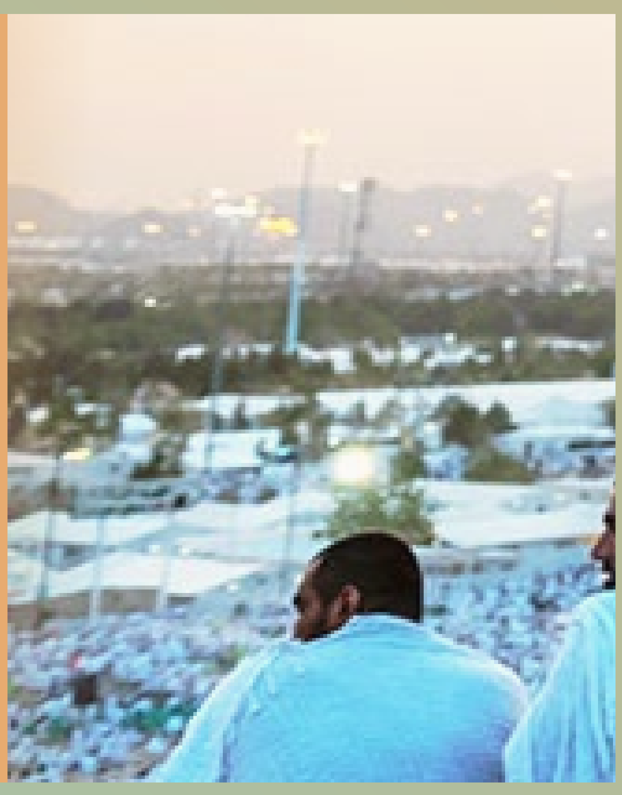
আরাফা দিবসের রোজা



আরাফার অবস্থান



আরাফায় অবস্থানের সময়



কীভাবে আমার সময়গুলো কাটাবো?



আরাফা দিবসের দোয়া



কুরআন-সুন্নাহর কিছু শ্রেষ্ঠতম দুআ



নামিরা মসজিদ



জাবালে আরাফাত



প্রচণ্ড রোদের ব্যাপারে সতর্ক থাকুন



খাদ্যে বিষক্রিয়া থেকে বাঁচতে



আরাফাতে বিদ্যমান সেবাসমূহ



আরাফা থেকে মুযদালিফায় গমন



ট্রেন ব্যবহারের নির্দেশনা



চেকলিস্ট



গুরুত্বপূর্ণ ফোন নাম্বারসমূহ

আরাফা দিবস

আরাফায় অবস্থান হজের সর্বশ্রেষ্ঠ রোকন। এর পূর্ববর্তী হজ্জের কাজগুলো যেন এর প্রস্তুতিস্বরূপ আর পরের কাজগুলো যেন এর উপসংহারস্বরূপ। রাসূলুল্লাহ(সা.) বলেছেন, 'হজ্জ (মানেই) আরাফা'।

এটি একটি মহা গাম্ভীর্যপূর্ণ দিবস। এ দিনে জাতি, বর্ণ, ভূখণ্ড ও জরুরত নির্বিশেষে সকল হাজি এক ময়দানে দাঁড়িয়ে আল্লাহকে ডাকতে থাকেন। তাঁর রহমত ও ক্ষমার প্রত্যাশায় তাঁর কাছে কাকুতি-মিনতি করেন।





অত্র নির্দেশিকাটিতে আপনি এই দিবসের প্রয়োজনীয় সকল তথ্য ও দিক-নির্দেশনা পাবেন। যাতে আপনার মহামূল্যবান সময়গুলো সর্বোচ্চ কাজে লাগাতে পারেন।

আরাফা দিবস এমন একটি দিন যা সময় ও স্থান সবদিক থেকে শ্রেষ্ঠ। এ দিনের ঈমানী মুহূর্তগুলোতে আল্লাহর দয়া ও করুণা বৃষ্টির মতো ঝরতে থাকে।

এটা জিলহজ মাসের নবম দিবস। যিলহজের প্রথম দশ দিনের একটি দিন যে দশদিন গোটা বছরের সর্বশ্রেষ্ঠ দিন। রাসূলুল্লাহ (সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম) বলেছেন, ‘এই দশ দিনের চেয়ে পুণ্যময় দিন আর নেই’।





আরাফা দিবসের ফজিলত

1 এ দিনে জাহান্নাম থেকে অসংখ্য মানুষকে মুক্তি দেয়া হয়:

রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেন, ‘আরাফা দিবসে আল্লাহ তাআলা যতো মানুষকে জাহান্নাম থেকে মুক্তি দেন অন্য কোনো দিনে দেন না’।

2 আল্লাহ তাআলা আরাফাতের ময়দানে সমবেত হাজ্জীদের নিয়ে ফিরিশতাদের সঙ্গে গর্ব করেন। তাদের কাজকে ভালোবেসে:

রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেন, ‘আল্লাহ তাআলা আরাফার বিকেলে আরাফার অধিবাসীদের নিয়ে ফিরিশতাদের সঙ্গে গর্ব করে বলেন, ‘দেখো আমার বান্দারা ধুলো-মলিন, এলোমেলো চুলে আমার কাছে এসেছে’।

3

আরাফার দুআ সর্বশ্রেষ্ঠ দুআ:

রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেন, 'সর্বশ্রেষ্ঠ দুআ হচ্ছে আরাফার দুআ'।

4

এটা ইবলীসের সবচেয়ে কষ্টকর দিন:

রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেন, 'আরাফার দিনের মতো আর কোনো দিনে ইবলীসকে এত বেশি ক্ষুদ্র, তুচ্ছ, ক্রুদ্ধ ও পর্যুদস্ত দেখা যায় না। কারণ এদিন সে আল্লাহর রহমতের বারিধারা বর্ষিত হতে দেখে। মানুষের বড় বড় গুনাহগুলো ক্ষমা হতে দেখে'।







রহমত ও উপহারের মৌসুম

আরাফার ময়দানে অবস্থান মহাগুরুত্বপূর্ণ কিছু মুহূর্ত। এসময় আল্লাহ তাআলা তাঁর বান্দাদের কাছাকাছি আসেন। তাদের প্রার্থনা, প্রয়োজন, দুঃখ-কষ্ট সবকিছু শোনেন। ভাষার বৈচিত্র্য, প্রয়োজনের ভিন্নতা কোনো কিছু বাধা হয়ে দাঁড়ায় না।

এ দিনে সাহাবা ও সালাফের দু’টো অবস্থা তৈরি হতো:

- একদল এ সময় আল্লাহর ভয় ও অনুশোচনায় ডুবে থাকতেন।
- আরেক দল আল্লাহর রহমত ও সাড়াদানেরআশায়মগ্নথাকতেন।

এই সবগুলোই শ্রেষ্ঠতম আমল ও উত্তম অবস্থা

আরাফা দিবসের রোজা

এ দিন এতটাই মর্যাদাময় যে, এর শ্রেষ্ঠত্ব ও ফজীলত কেবল হাজ্জীদের জন্য সীমাবদ্ধ নয়; বরং সকল মুসলিম এ দিনের ফজিলত লাভ করে থাকেন। এজন্য আল্লাহ তাআলা হাজ্জীদের বাইরে সকল মুসলিমের জন্য এ দিনে রোজা রাখার বিধান দিয়েছেন যার মাধ্যমে এদিনের বরকতের অংশ লাভ করা যায়। রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেন, 'আল্লাহর কাছে আমার আশা, আরাফার দিনের রোজা পূর্বের এক বছর ও পরের এক বছরের গুনাহের কাফফারা হবে'।

তবে হাজ্জীরা এদিনে রোজা রাখবেন না। কারণ রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বিদায় হজ্জের সময় এ দিনে রোজা রাখেননি। পাশাপাশি সুষ্ঠুভাবে হজ্জ পালনের জন্য হাজ্জীদের রোজা না রাখার বিধান দেয়া হয়েছে।

আরাফার অবস্থান



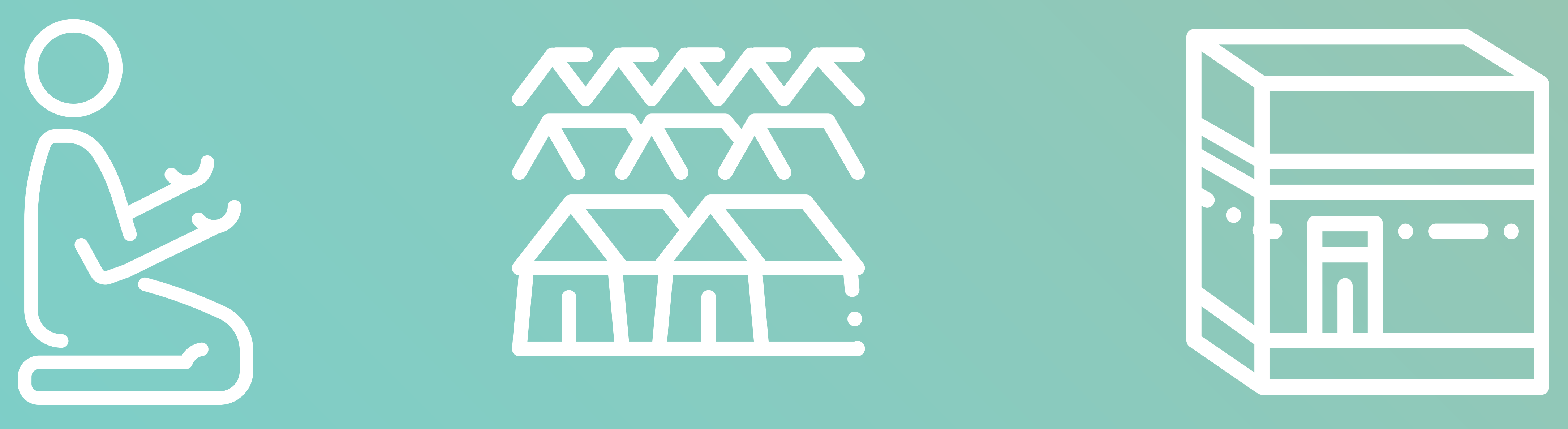
আরাফা মক্কা মুকাররমার পূর্ব দিকে মক্কা ও তায়েফের পথে অবস্থিত, পাহাড়ঘেরা এক সমতল বিস্তৃত ভূমি। এটা হারামের সীমারেখার বাইরে।





এটার গড় আয়তন ১০.৪ বর্গ কিলোমিটার

- মুযদালিফা থেকে ৬ কি.মি. দূরে
- মিনা থেকে ১০ কি.মি. দূরে
- মসজিদে হারাম থেকে প্রায় ২০ কি.মি. দূরে



আরাফায় অবস্থানের সময়

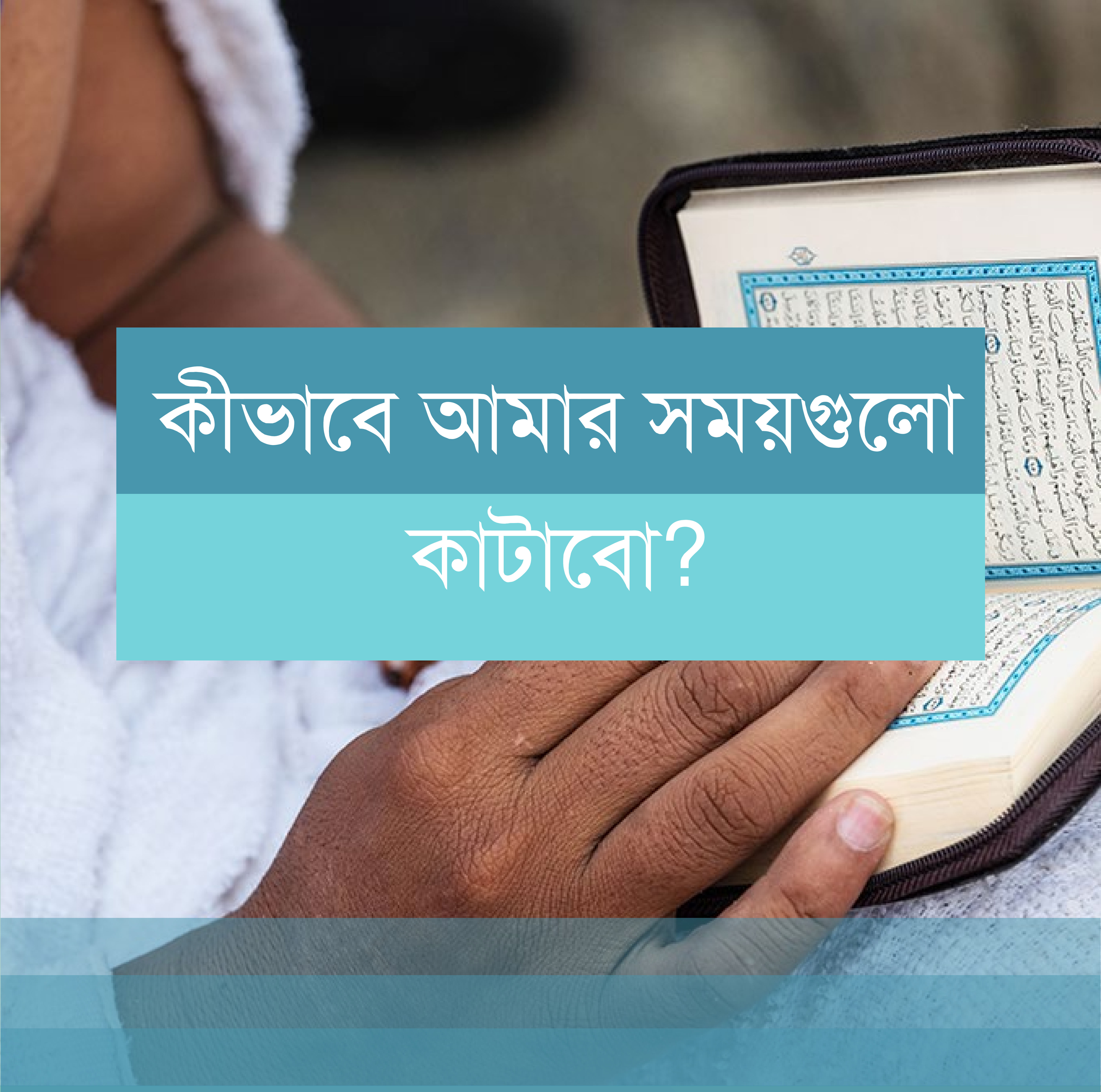
রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম সূর্যোদয়ের পর থেকে সূর্যাস্ত ও মাগরিবের আজান পর্যন্ত আরাফার ময়দানে দুআয় মগ্ন থেকেছেন।

হাজীরা নিজেদের সুবিধা অনুসারে এই সময়ের আগে আরাফাতে উপস্থিত হতে পারবেন। আবার এই সময়ের আগেই সেখান থেকে চলে যেতে পারবেন। তবে দুআর সময় হলো সূর্য ঢলে যাওয়ার পরে।



এক্ষেত্রে হাজীদের কর্তব্য হবে নিজ নিজ কাফেলার সঙ্গে থাকা এবং নির্ধারিত সময়-সূচি মেনে চলা।





কীভাবে আমার সময়গুলো কাটাবো?

আরাফার ময়দানে অবস্থান এমন কিছু ঈমানী মুহূর্ত যা জীবনে বারবার আসে না। তাই হাজীর জন্য এই মুহূর্তগুলোর সর্বোচ্চ সদ্ব্যবহারে সচেষ্ট থাকা উচিত। এজন্য:



সূর্য ঢলে যাওয়ার পরে প্রত্যেক হাজী নিজ নিজ কাফেলার সঙ্গে যোহর ও আসর দুই দুই রাকাআত একত্রে আদায় করবেন।



প্রত্যেক হাজী নিজ নিজ তাঁবুতে অবস্থান করবেন। একান্ত প্রয়োজন ছাড়া বের হবেন না। কারণ আরাফার পথগুলো প্রায় একরকম। ফলে বাইরে গেলে হারিয়ে যাওয়ার আশংকা প্রবল।



আরাফার পুরো দিবসটি হাজী ইবাদতের মধ্য দিয়ে কাটাবেন। যাতে বিরক্তি না আসে এজন্য বিভিন্ন প্রকারের ইবাদত করবেন এবং মনে রাখবেন, সময়গুলো দ্রুতই চলে যাবে, রয়ে যাবে পুণ্য।



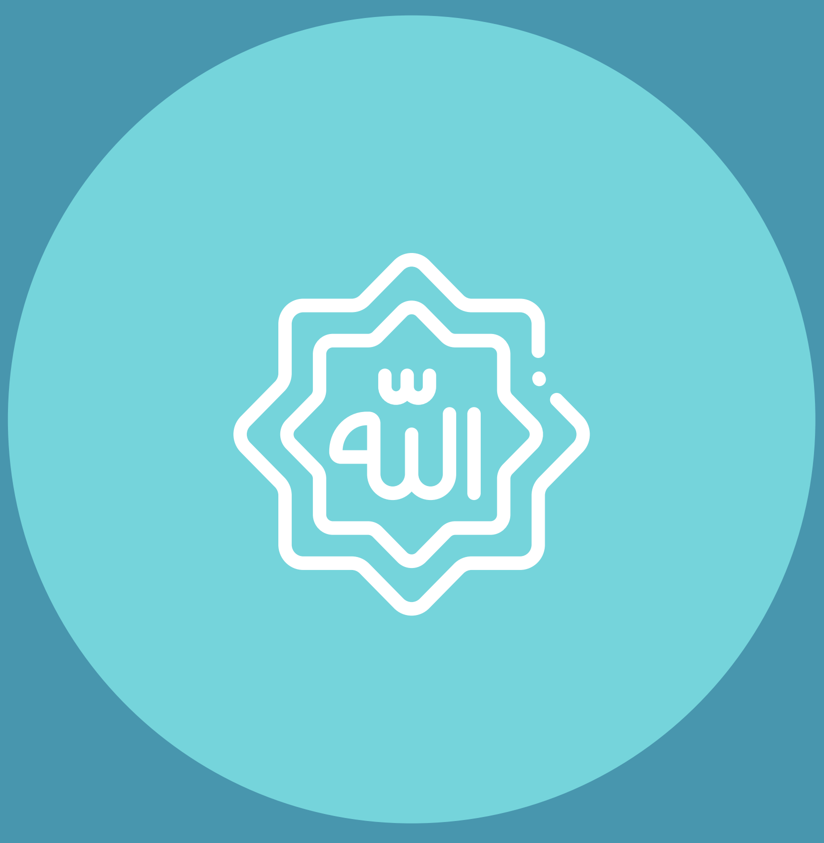
দুআ



কুরআন পাঠ



তালবিয়া পাঠ



আল্লাহর যিকির, তাসবীহ ও তাহলীল



আরাফা দিবসের দোয়া



সম্মানিত ভাই! আরাফা দিবসের দোয়া আপনার জীবনের সর্বশ্রেষ্ঠ দুআ। সুতরাং এই পুরো সময়টা দোয়া ও আল্লাহর কাছে মুনাজাতের মধ্য দিয়ে অতিবাহিত করুন।

এক্ষেত্রে কিছু সহায়ক বিষয় হলো:

1

আরাফাতে যাওয়ার আগেই নিজের প্রয়োজন ও দুআর বিষয়গুলো নোট করে নিন।

2

নিজ ভাষায়, নিজের মতো করে আল্লাহর কাছে সকল প্রয়োজন তুলে ধরুন। কারণ আল্লাহ গোপন-প্রকাশ্য সব জানেন। দুআতে যখন বুক ও মুখ দু’টোর সম্মিলন ঘটে তখন সেটা শ্রেষ্ঠ দুআয় পরিণত হয়।

3

নিজের মাতা-পিতা, পরিবার-পরিজন, ভাই-বোন, বন্ধু-বান্ধব সবার জন্য দুআ করুন। তাদের নাম উল্লেখ করে করে দুআ করুন। হাদীসে এসেছে, “যে ব্যক্তি কারও অনুপস্থিতিতে তার জন্য দুআ করে, ফিরিশতা বলতে থাকেন, তোমার জন্যও তাই”!

4

পার্থিব ও অপার্থিব সবধরনের প্রয়োজনে দুআ করুন। নিজের দুনিয়াবী প্রয়োজন আল্লাহর কাছে তুলে ধরাতে লজ্জার কিছু নেই।

5

আল্লাহর সুন্দর সুন্দর নামের মাধ্যমে দুআ করুন। যেমন: হে ‘রহীম’ (দয়াময়) আমাকে দয়া করুন! হে ‘গাফূর’ (ক্ষমাশীল) আমাকে ক্ষমা করুন। হে ‘কারীম’ (দাতা) আমাকে দান করুন।

6

একই দুআ বারবার করতে থাকুন। কারণ আল্লাহ তাআলা দুআর ক্ষেত্রে কাকুতি-মিনতি পছন্দ করেন।

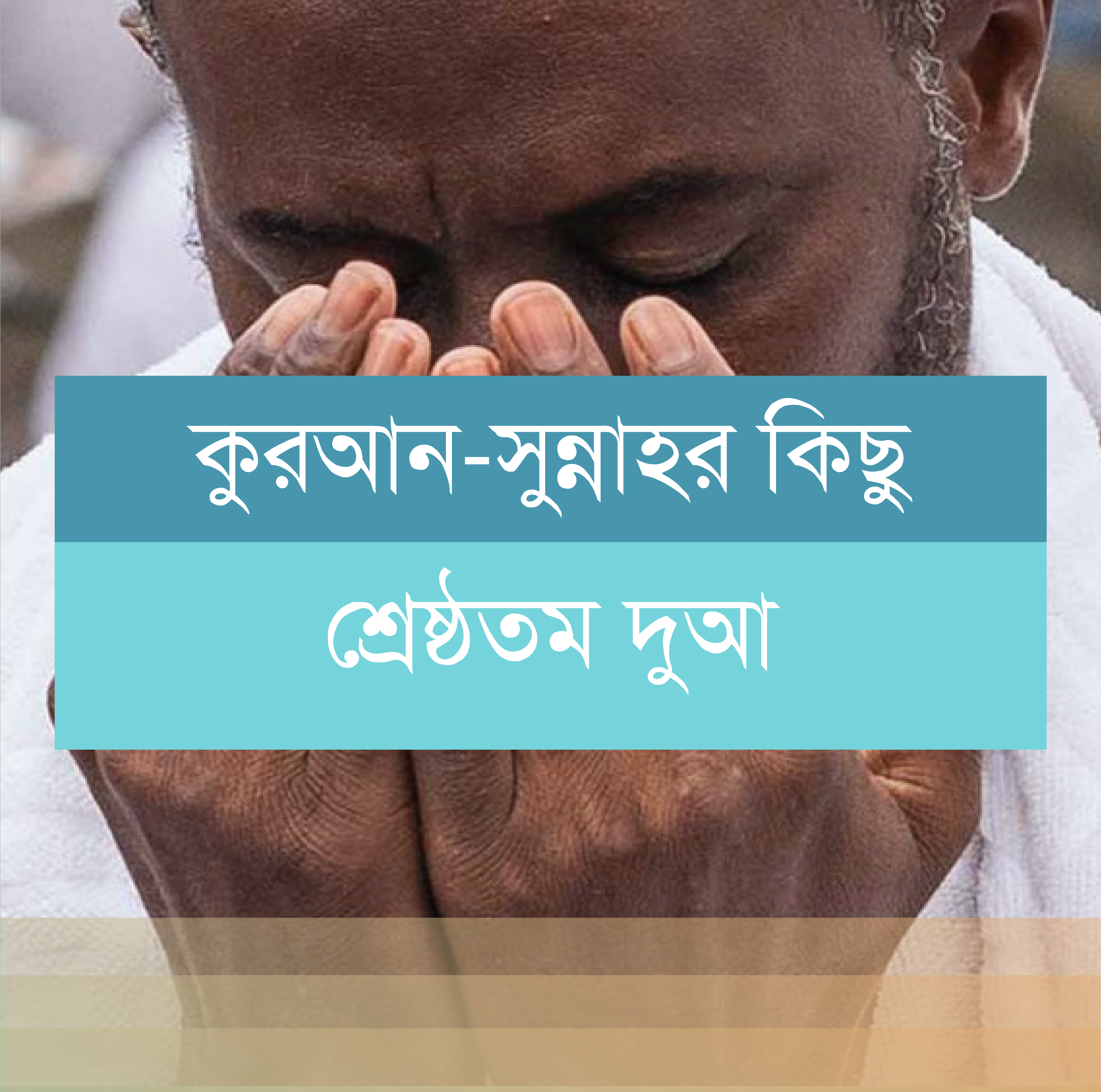
7

কায়মনোবাক্যে দুআ করুন। হৃদয় ও মনে দৃঢ় বিশ্বাস রাখুন- আল্লাহ তাআলা এই সময়ে বান্দাদের কাছাকাছি আসেন এবং তাদের দুআ কবুল করেন।

8

কুরআন ও হাদীসে বর্ণিত দুআগুলো করুন। প্রয়োজনে সেগুলো কাগজে লিখে নিতে পারেন।





কুরআন-সুন্নাহর কিছু শ্রেষ্ঠতম দুআ

﴿رَبَّنَا تَقَبَّلۡ مِنَّآۖ إِنَّكَ أَنتَ ٱلسَّمِيعُ ٱلۡعَلِيمُ﴾ ﴿وَتُبۡ عَلَيۡنَآۖ إِنَّكَ أَنتَ ٱلتَّوَّابُ ٱلرَّحِيمُ﴾

রব্বানা তাকাব্বাল মিন্না ইন্নাকা আনতাস' সামীউল আলীম। ওয়া তুব আলাইনা ইন্নাকা আনতাত তাওয়াবুর রহীম'।

﴿رَبَّنَآ ءَاتِنَا فِي ٱلدُّنۡيَا حَسَنَةً وَفِي ٱلۡأٓخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ ٱلنَّارِ﴾

'রব্বানা আতিনা ফিদ-দুনইয়া হাসানাহ ওয়া ফিল আখিরাতি হাসানাহ। ওয়া কিনা আযাবান নার'।

﴿رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذۡنَآ إِن نَّسِينَآ أَوۡ أَخۡطَأۡنَا﴾

রব্বানা লা তুয়াখিযনা ইন নাসীনা আও আখতানা।

﴿رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِۦ ۖ وَٱعْفُ عَنَّا وَٱغْفِرْ لَنَا وَٱرْحَمْنَآ﴾

'রব্বানা ওয়া লা তুহাম্মিলনা মা-লা তাকাতা লানা বিহী। ওয়া'ফু আন্না ওয়াগফির লানা ওয়ার হামনা'।

﴿رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِن لَّدُنكَ رَحْمَةً ۚ إِنَّكَ أَنتَ ٱلْوَهَّابُ﴾

'রব্বানা লা তুযিগ কুলূবানা বা'দা ইয হাদাইতানা ওয়াহাব লানা মিন লাদুনকা রহমাহ। ইন্নাকা আনতাল ওয়াহ্হাব'।

﴿رَّبَّنَآ إِنَّنَا سَمِعْنَا مُنَادِيًا يُنَادِى لِلْإِيمَٰنِ أَنْ ءَامِنُوا۟ بِرَبِّكُمْ فَـَٔامَنَّا ۚ رَبَّنَا فَٱغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَكَفِّرْ عَنَّا سَيِّـَٔاتِنَا وَتَوَفَّنَا مَعَ ٱلْأَبْرَارِ﴾

'রব্বানা ইন্নানা সামি'না মুনাদিয়ান ইউনাদী লিল-ঈমান আন আমিনূ বিরাব্বিকুম ফাআ-মান্না। রব্বানা ফাগফির লানা যুনূবানা ওয়া কাফফির আন্না সাইয়্যিআতিনা ওয়া তাওয়াফফানা মাআল আবরার। রব্বানা ওয়াতিনা মা ওয়াদতানা আলা রুসুলিকা ওয়া তুখযিনা ইয়াওমাল কিয়ামাহ, ইন্নাকা লা তুখলিফুল মীআদ'।



﴿رَبَّنَا ظَلَمْنَآ أَنفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ ٱلْخَٰسِرِينَ﴾

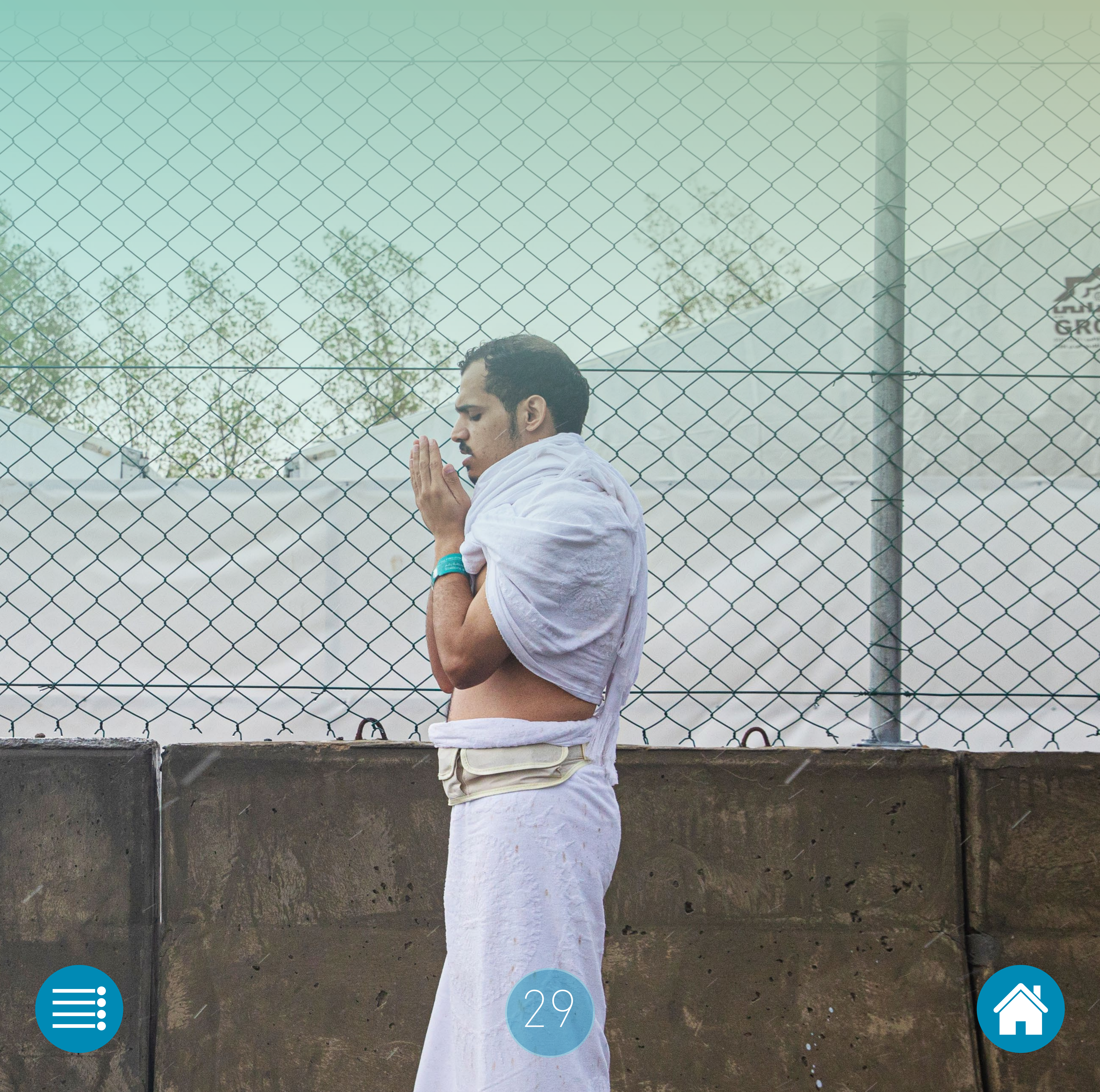
‘রব্বানা যালামনা আনফুসানা ওয়া ইন-লাম তাগফিরলানা ওয়া তারহামনা লানাকূনান্না মিনাল খাসিরীন’।

﴿رَبِّ ٱجْعَلْنِى مُقِيمَ ٱلصَّلَوٰةِ وَمِن ذُرِّيَّتِى ۚ رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَآءِ﴾

‘রব্বিজ-আলনী মুকীমাস সালাতি ওয়া মিন যুররিয়্যাতী। রব্বানা ওয়া তাকাব্বাল দুআ। রব্বানাগ ফিরলী ওয়া-লি-ওয়ালিদাইয়্যা ওয়া লিল-মু’মিনীনা ইয়াওমা ইয়াকূমুল হিসাব’।

﴿لَّآ إِلَٰهَ إِلَّآ أَنتَ سُبْحَٰنَكَ إِنِّى كُنتُ مِنَ ٱلظَّٰلِمِينَ﴾

‘লা ইলাহা ইল্লা আনতা সুবহানাকা ইন্নী কুনতু মিনায যালিমীন’।



﴿رَبِّ أَوۡزِعۡنِيٓ أَنۡ أَشۡكُرَ نِعۡمَتَكَ ٱلَّتِيٓ أَنۡعَمۡتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَٰلِدَيَّ وَأَنۡ أَعۡمَلَ صَٰلِحٗا تَرۡضَىٰهُ وَأَصۡلِحۡ لِي فِي ذُرِّيَّتِيٓۖ إِنِّي تُبۡتُ إِلَيۡكَ وَإِنِّي مِنَ ٱلۡمُسۡلِمِينَ﴾

'রব্বী আওযি'নী আন আশকুরা নি'মাতাকাল্লাতী আনআমতা আলাইয়্যা ওয়া আলা ওয়ালিদাইয়্যা ওয়া আন-আ'মালা সালিহান তারযাহু ওয়া আসলিহ-লী ফী যুররিয়্যাতী। ইন্নী তুবতু ইলাইকা ওয়া ইন্নী মিনাল মুসলিমীন'।

﴿رَبَّنَا ٱغۡفِرۡ لَنَا وَلِإِخۡوَٰنِنَا ٱلَّذِينَ سَبَقُونَا بِٱلۡإِيمَٰنِ وَلَا تَجۡعَلۡ فِي قُلُوبِنَا غِلّٗا لِّلَّذِينَ ءَامَنُواْ رَبَّنَآ إِنَّكَ رَءُوفٞ رَّحِيمٌ﴾

'রব্বানাগ ফিরলানা ওয়া লি-ইখওয়ানিনা আল্লাযীনা সাবাকূনা বিল-ঈমান। ওয়া-লা তাজআল ফী কুলূবিনা গিল্লান লিল্লাযীনা আমানূ। রব্বানা ইন্নাকা রাঊফুর রহীম'।

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْهُدَى، وَالتُّقَى، وَالْعَفَافَ، وَالْغِنَى.

'আল্লাহুম্মা ইন্নী আসআলুকাল হুদা ওয়াত তুকা, ওয়াল আফাফা ওয়াল গিনা'।

يَا مُقَلِّبَ الْقُلُوبِ ثَبِّت قَلْبِي عَلَى دِينِكَ

'ইয়া মুকাল্লিবাল কুলূব! সাব্বিত কালবী আলা দীনিক'।

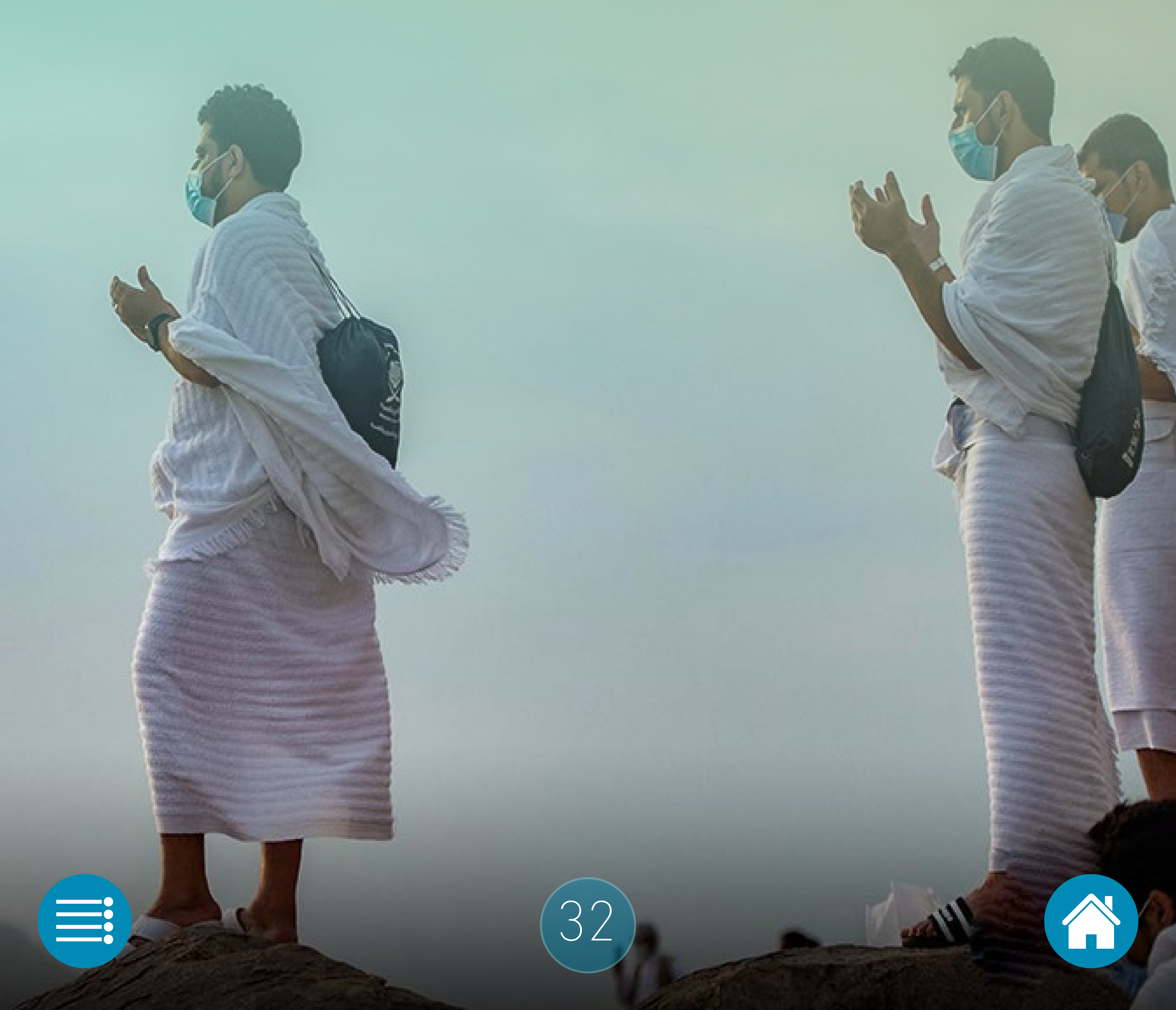
اَللَّهُمَّ آتِ نُفُوسَنَا تَقْوَاهَا وَزَكِّهَا أَنْتَ خَيْرُ مَنْ زَكَّاهَا أَنْتَ وَلِيُّهَا وَمَوْلَاهَا

আল্লাহুম্মা আতি নুফূসানা তাকওয়াহা, ওয়া যাক্কিহা আনতা খাইরু মান যাক্কাহা। আনতা ওয়ালিউয়্যুহা ওয়া মাওলাহা'।



(اللَّهُمَّ اهْدِنِي فِيمَنْ هَدَيْتَ، وَعَافِنِي فِيمَنْ عَافَيْتَ، وَتَوَلَّنِي فِيمَنْ تَوَلَّيْتَ، وَبَارِكْ لِي فِيمَا أَعْطَيْتَ، وَقِنِي شَرَّمَا قَضَيْتَ، إِنَّهُ لا يَذِلُّ مَنْ وَالَيْتَ، تَبَارَكْتَ رَبَّنَا وَتَعَالَيْتَ).

আল্লাহুম্মাহদিনী ফী-মান হাদাইত। ওয়া-আফিনী ফী-মান আফাইত। ওয়া-তাওয়াল্লানী ফী-মান তাওয়াল্লাইত। ওয়া বারিকলী ফী-মা আতাইত। ওয়া-কিনী শাররা মা-কাযাইত। ইন্নাহু লা ইয়াযিল্লু মান-ওয়ালাইত। তাবারাকতা রব্বানা ওয়া-তাআলাইত।

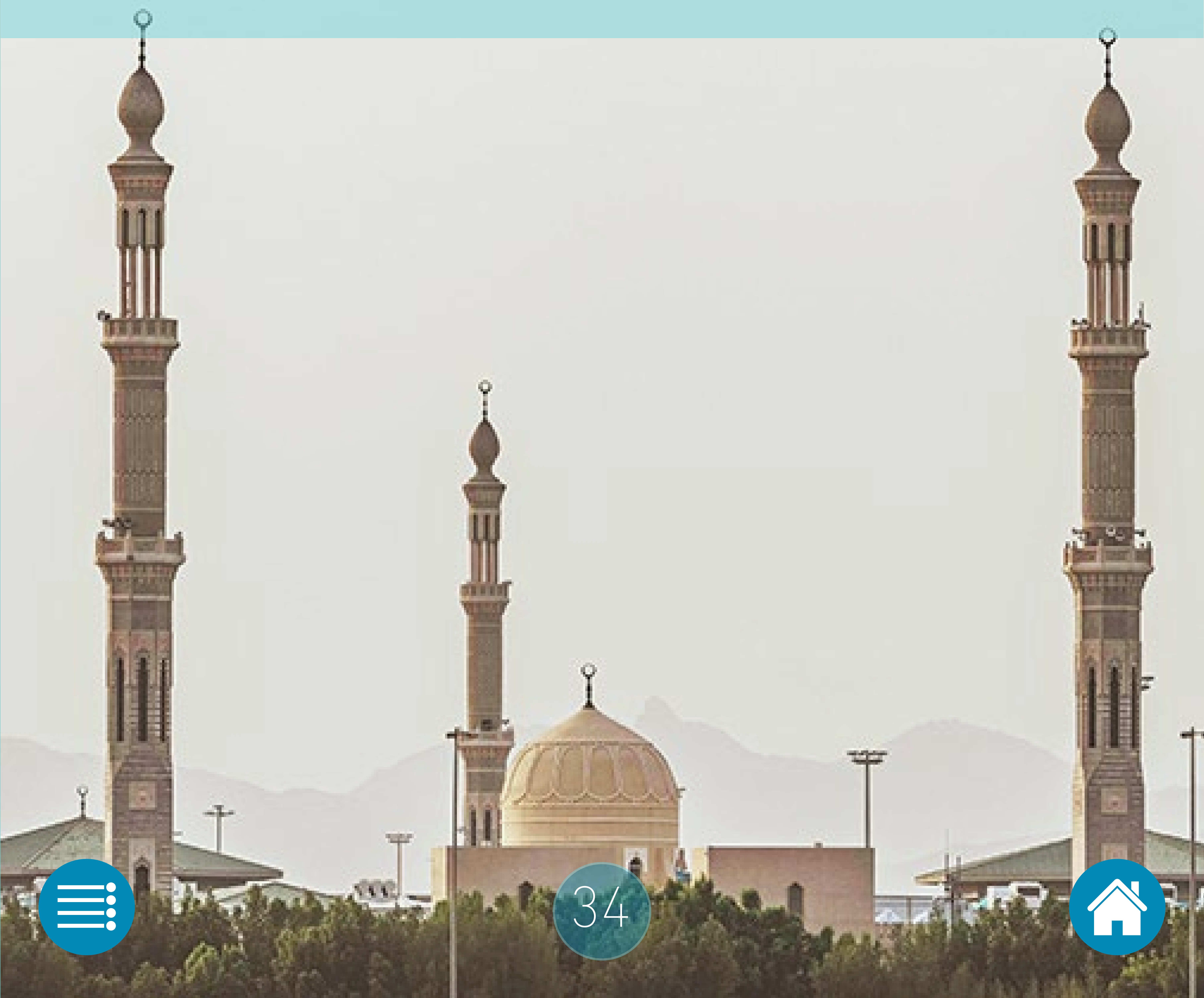




নামিরা মসজিদ

এটা আরাফার ময়দানের একটি মসজিদ। যেখানে রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম নামাজ পড়েছেন এবং খুতবা দিয়েছেন।

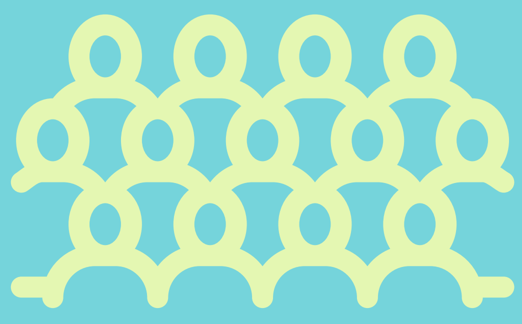
আরাফার দিনে এখানে যোহর ও আসর নামাজ পড়া হয়। আরাফার খুতবা প্রদান করা হয়। ইসলামিক রেডিও, টেলিভিশনগুলো যা প্রচার করে থাকে।

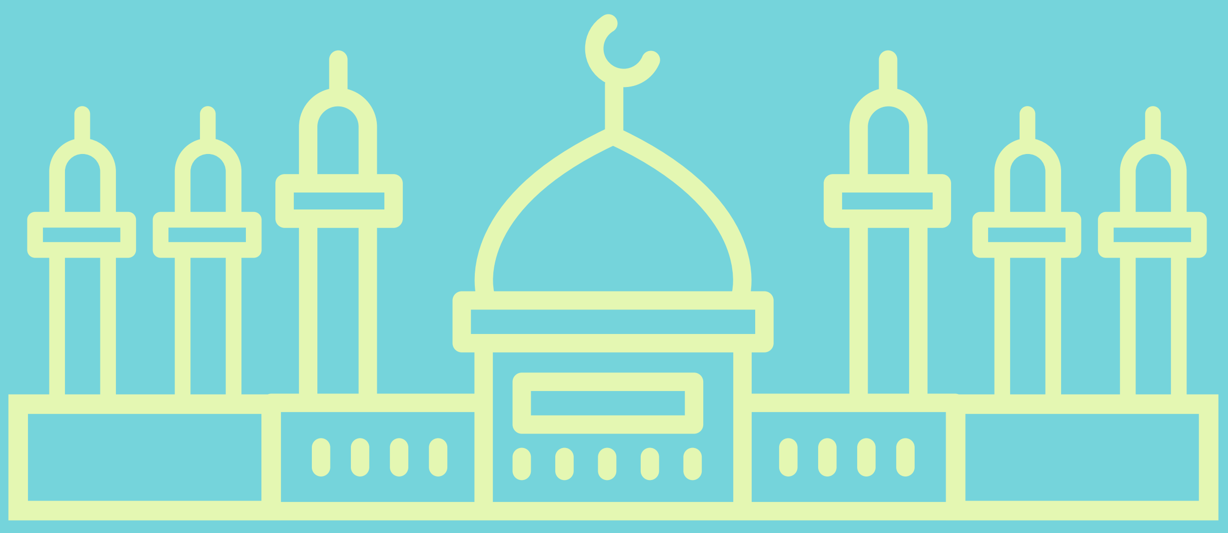


এজন্য সৌদি আরব উক্ত মসজিদটির সম্প্রসারণ ও পরিচর্যার ক্ষেত্রে ব্যাপক উদ্যোগ নিয়েছে। বর্তমানে সম্প্রসারিত মসজিদের আয়তন হয়েছে ১১০,০০০ বর্গ মিটার এবং এটা ৩৫০,০০০ মুসল্লী ধারণ করতে পারে।

মসজিদটির চারপাশে রয়েছে ৬০ মিটার উচ্চতার ৬ টি মিনার। আরাফার চতুর্দিক থেকে মিনারগুলো দেখা যায়।







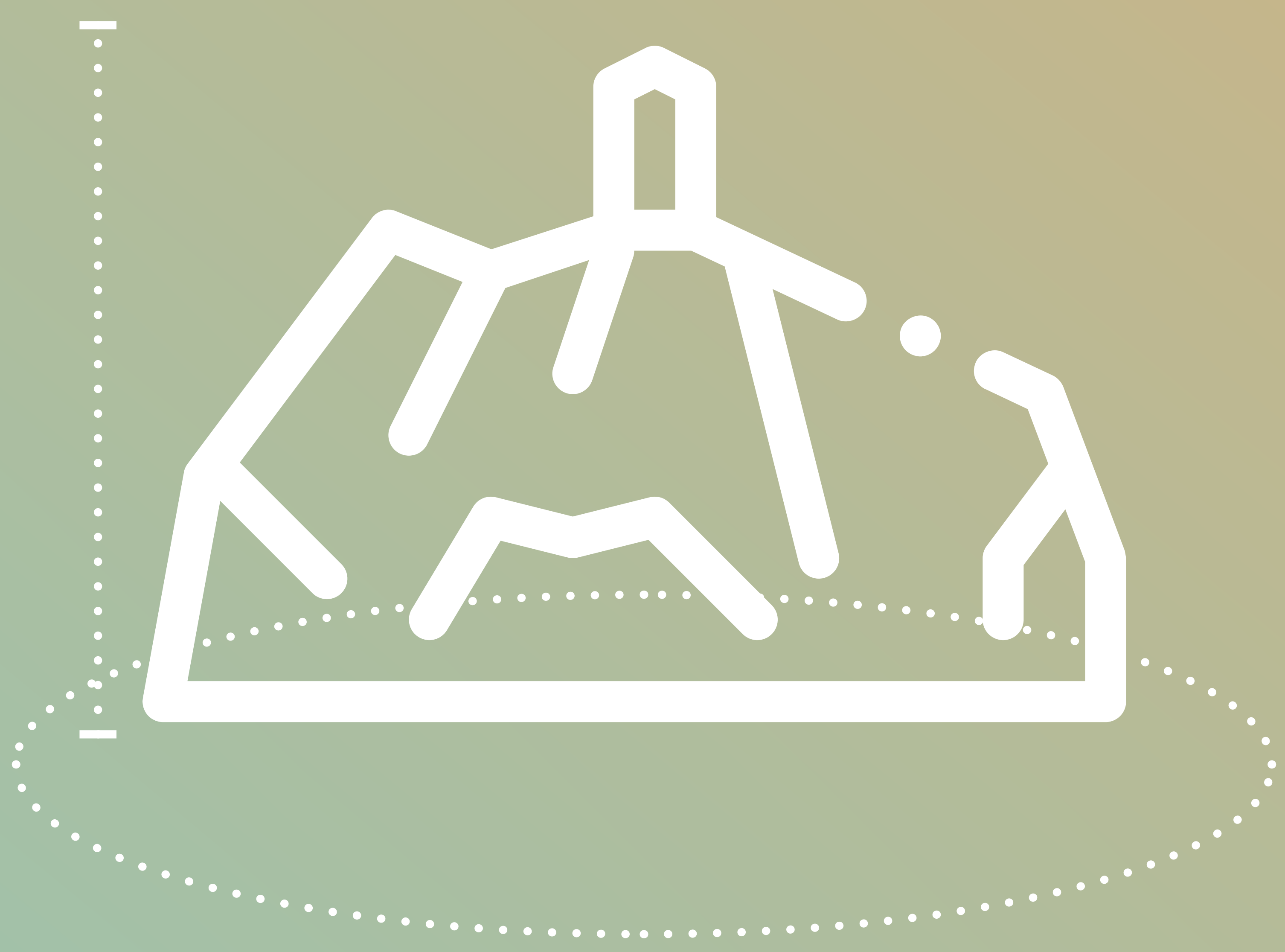
তবে মসজিদে নামিরাতে অত্যধিক ভিড় ও প্রচণ্ড রোদের কারণে হাজ্জীর কর্তব্য হবে এখানে না এসে নিজ তাঁবুতে নামাজ আদায় করা। প্রয়োজন ছাড়া তাঁবুর বাইরে না যাওয়া।





জাবালে আরাফাত

এটি বড় বড় কালো ও শক্ত পাথরে তৈরি একটি উঁচু, সমতল ও বিস্তৃত টিলা।



পাহাড়ের মূলঅংশ আশপাশের ভূমি থেকে ৬৫ মিটার উঁচু।

এটার পরিধি প্রায় ৬৪০ মিটার।



পাহাড়ের চূড়ায় ৭ মিটার লম্বা একটি স্তম্ভ রয়েছে। সেখানে কিছু দিক-নির্দেশনা লেখা হয়েছে।

পাহাড়টি নানা নামে প্রসিদ্ধ। উল্লেখযোগ্য কিছু নাম হলো:

জাবালে আরাফাত	জাবালে তাওবা	জাবালে রহমত

রাসূলুল্লাহ এই পাহাড়ের নিচে অবস্থান করেছেন। পাহাড়ে উঠেননি। সেখানে থেকে বলেছেন, 'আমি এখানে অবস্থান করেছি। কিন্তু আরাফার সর্বত্র অবস্থান করা যায়'।



কোনো মুসলিমের জন্য স্বতন্ত্রভাবে পাহাড়ের উদ্দেশ্য যাত্রা করা কিংবা সেটাতে আরোহণ করা বৈধ নয়। কারণ আমাদের আদর্শ রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম, তাঁর পরে সাহাবা, তাবেয়ীগণ কেউ এমন করেননি।

হাজীর কর্তব্য হলো আরাফার ময়দানে নিজ কাফেলার সঙ্গে থাকা। যাতে করে হারিয়ে না যায়। রোদের মুখে না পড়ে। কারণ রাসূল (সাঃ) বলেছেন, আমি এখানে অবস্থান করেছি কিন্তু আরাফার সর্বত্র অবস্থান করা যায়’।




DHL



প্রচণ্ড রোদের ব্যাপারে সতর্ক থাকুন



প্রখর তাপের কারণে আরাফার ময়দানে হাজ্জীরা ঘর্মাক্ত হন এবং তাদের দেহ বেশ পরিমাণে তারল্য হারায়। এই ক্ষতিপূরণের জন্য হাজ্জীদের কর্তব্য হলো আরাফার ময়দানে পর্যাপ্ত পরিমাণ পানি ও জুস ইত্যাদি পান করা।



প্রয়োজন ছাড়া রোদের মাঝে বের হওয়া থেকে বিরত থাকুন

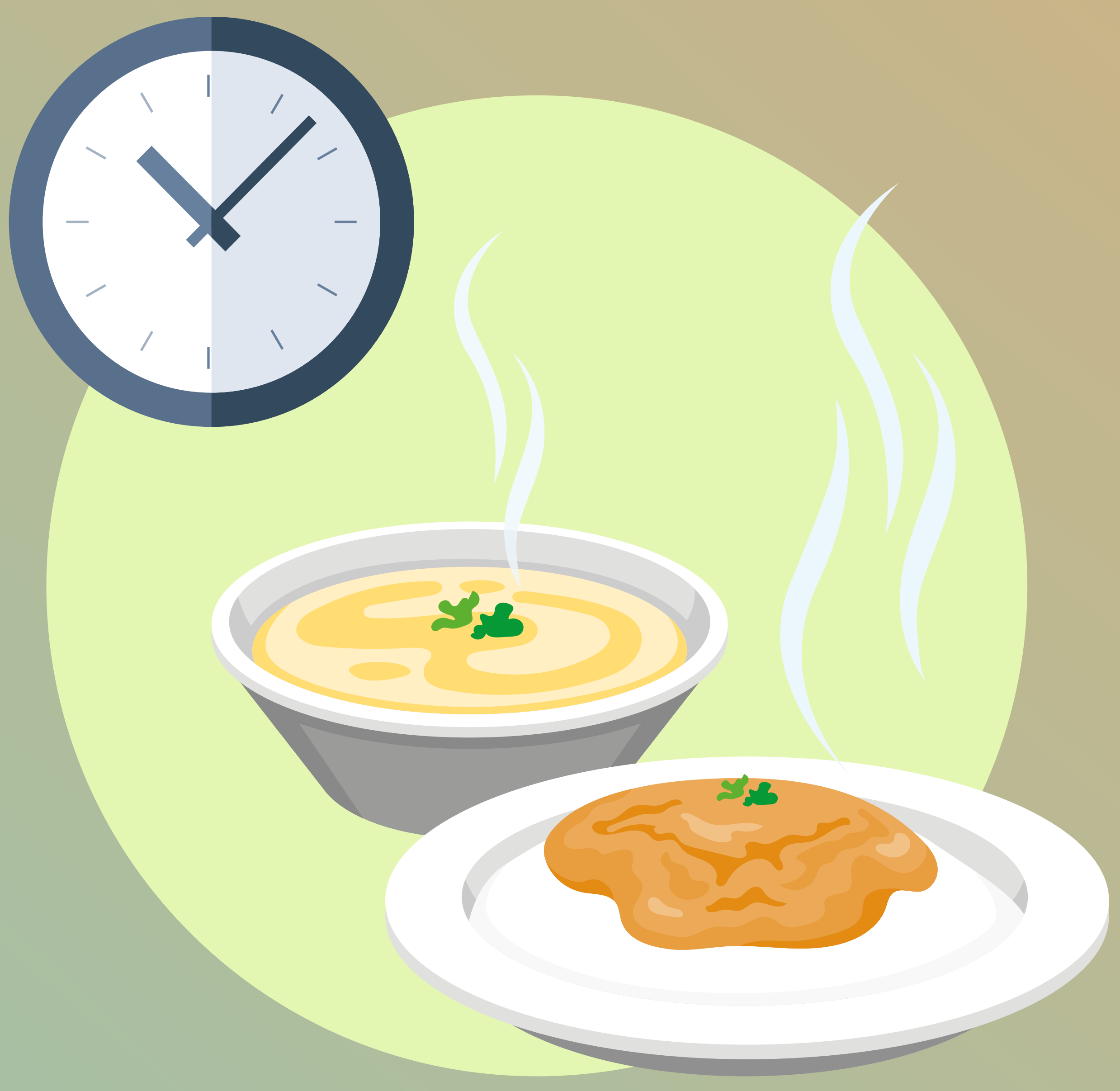


দিনের বেলা একান্তই বের হতে হলে সরাসরি সূর্যের তাপ এড়িয়ে চলুন। হালকা রঙের ছাতা ব্যবহার করতে পারেন।

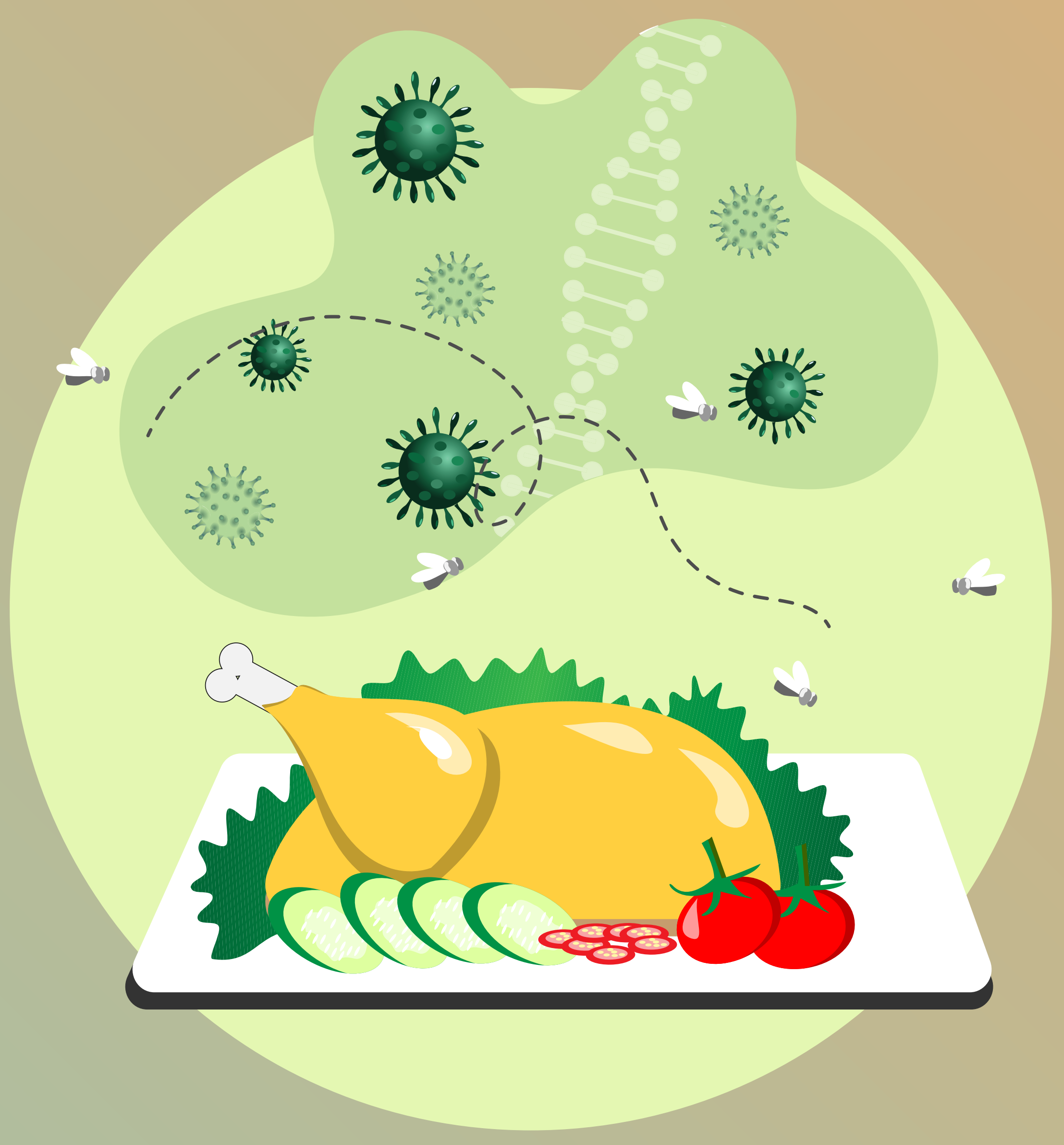


(আরাফার আগের) রাতে পর্যাপ্ত পরিমাণ নিদ্রা গ্রহণের চেষ্টা করুন। রাত্রি জাগরণ থেকে বিরত থাকুন। কারণ ঘুম পর্যাপ্ত না হলে সেটা ক্লান্তির কারণ হবে এবং শরীরের প্রতিরোধ ক্ষমতা দুর্বল করে দেবে।

খাদ্যে বিষক্রিয়া থেকে বাঁচতে



রান্না করা খাবার জমিয়ে রাখা কিংবা বণ্টনের দীর্ঘক্ষণ পরে খাওয়া থেকে বিরত থাকুন। বিশেষত এই সময়ে দীর্ঘক্ষণ পথে থাকার কারণে এমন পরিস্থিতি হতে পারে। ফলে এ ধরনের খাবার এড়িয়ে চলুন।



খেয়াল রাখুন!

খেয়াল রাখুন! রান্না করা খাবার আপনার কক্ষে বিদ্যমান তাপ-মাত্রায় দুই ঘন্টার বেশি রাখলে তাতে জীবাণুর বিস্তার ঘটে এবং খাবারে বিষক্রিয়া তৈরি হওয়ার আশংকা থাকে।



ফলে ফলমূল ও শাকসবজি খাওয়ার আগে অবশ্যই সেগুলো ধুয়ে নিন।



ফুটপাতের খাবার ক্রয় ও সেগুলো খাওয়া থেকে বিরত থাকুন।

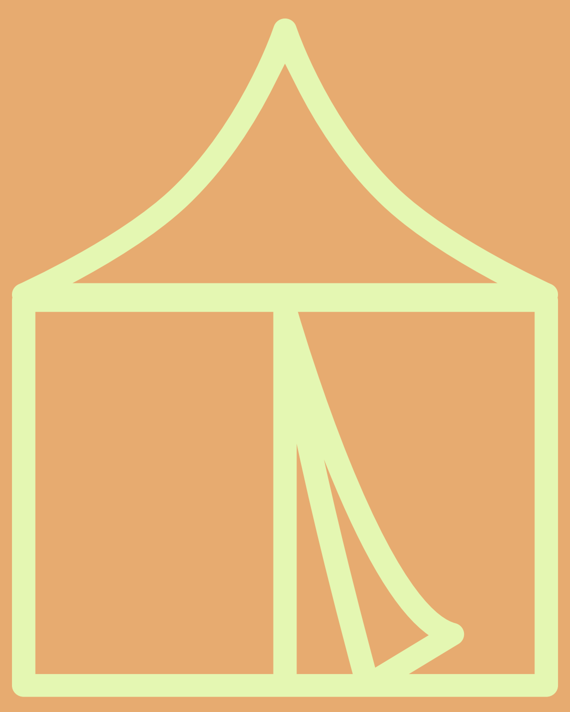


পর্যাপ্ত পরিমাণে খাদ্য গ্রহণ এবং অধিক পরিমাণে পানি ও জুস পানে সচেষ্ট থাকুন।

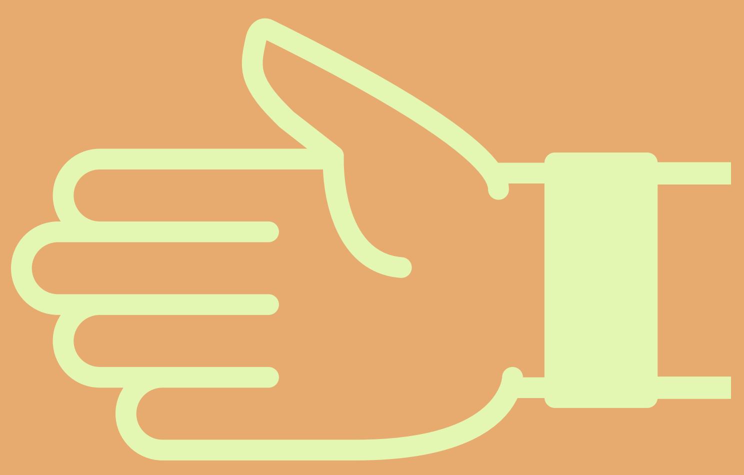




আরাফাতে বিদ্যমান সেবাসমূহ



সাধারণত প্রত্যেক কাফেলা নিজেদের হাজ্জীদের জন্য নির্ধারিত স্থানে বিশ্রামের জন্য তাঁবু, শৌচাগার ইত্যাদি নির্মাণ করে থাকে।



তাই কাফেলার ব্রেসলেট সঙ্গে রাখুন। যাতে প্রয়োজনীয় সেবাগুলো গ্রহণে কোনো সমস্যা না হয়।

আরাফা থেকে মুযদালিফায় গমন



আরাফা থেকে বের হওয়ার ব্যাপারে কাফেলা থেকে প্রদত্ত দিক-নির্দেশনা কঠোরভাবে মেনে চলুন। এতে ভিড়ের মুখে পড়বেন না। হারানোর ভয় থাকবে না।



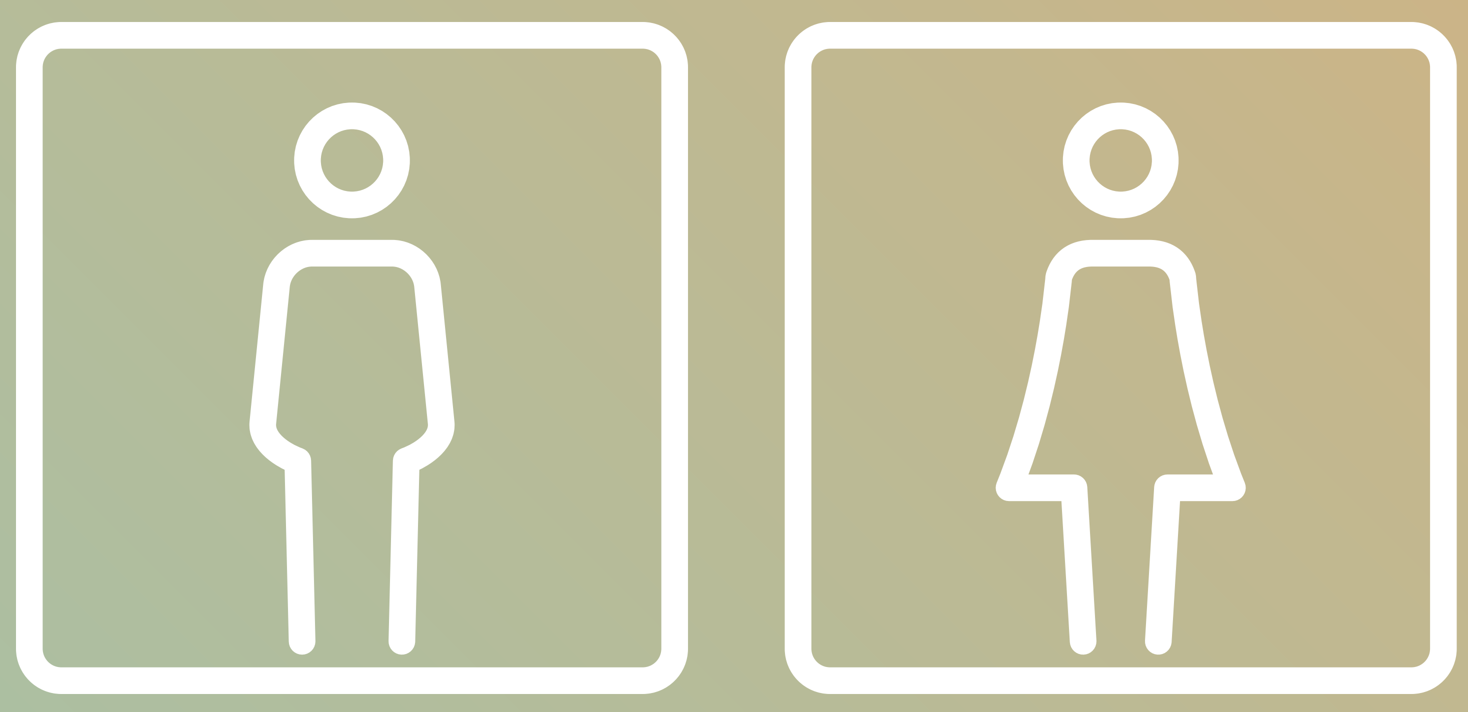
মুযদালিফায় গমনের সময় কাছাকাছি চলে এলে বের হবার প্রস্তুতি নেন।



আপনার কাফেলার পক্ষ থেকে নির্ধারিত বাহনে আরোহণ করুন। হোক সেটা বাস কিংবা ট্রেন।

তাড়াহুড়ো কিংবা হুড়োহুড়ি থেকে বিরত থাকুন। ধীরস্থীরভাবে অগ্রসর হোন। আল্লাহর রাসূল নিজ উটের লাগাম ধরে বলতেন, ‘ধীরে ধীরে! ধীরে ধীরে! তাড়াহুড়োর মাঝে কল্যাণ নেই’।





তাঁবু পরিত্যাগের পূর্বে শৌচাগারে গিয়ে প্রয়োজনীয় কাজ সারুন। কারণ নানা কারণে মুযদালিফায় পৌঁছতে বিলম্ব হতে পারে।



উদারতা, ভদ্রতা ও সংযম প্রদর্শন করুন। সাধ্যমতো সবধরনের ঝগড়া-বিবাদ পরিহার করুন। আল্লাহর বাণীর অনুসরণ করুন: ‘সুতরাং যে ব্যক্তি হজ্জের ইচ্ছা করবে তার জন্য হজ্জের মধ্যে স্ত্রী সম্ভোগ, অন্যায় আচরণ ও ঝগড়া-বিবাদ বৈধ নয়’।





ট্রেন ব্যবহারের নির্দেশনা



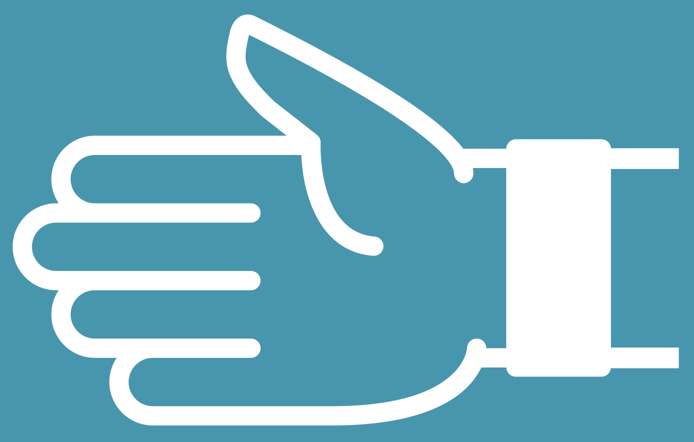
গাইড, পর্যবেক্ষক ও নিরাপত্তা কর্মীর নির্দেশনা মেনে চলুন



নিজস্ব কাফেলার ট্রেনস্টেশনে যাওয়ার নির্ধারিত সময়-সূচি মেনে চলুন



মনে রাখুন, ট্রেনের ভেতরে
মালামাল বহন নিষিদ্ধ



হজ্জের পুরো সময়টাতে নিজের
হাতে ব্রেসলেট সংরক্ষণ করুন



স্টেশনগুলোর ফ্লোরে বসা কিংবা শুয়ে থাকা নিষিদ্ধ। কারণ তাতে আল্লাহর ঘরের অন্যান্য মেহমানদের কষ্ট হবে এবং তাদের চলাচল বিঘ্নিত হবে।

চেকলিস্ট

আরাফার ময়দানে যাওয়ার সময় নিচের জিনিসগুলো সঙ্গে নিতে ভুলবেন না:

- ☐ চার্জার কিংবা পাওয়ার ব্যাংক
- ☐ ব্যক্তিগত ঔষধপত্র
- ☐ হাঁপানির ইনহেলার
- ☐ সামান্য কিছু সৌদি রিয়াল
- ☐ চামড়া ছিলে যাওয়ার প্রতিষেধক ক্রিম
- ☐ কুরআন শরীফ
- ☐ দীর্ঘ হাঁটার উপযোগী আরামদায়ক জুতো
- ☐ ছাতা
- ☐ ব্যক্তিগত ব্রিফকেস বা ছোট ব্যাগ
- ☐ ট্রেনে চড়ার ব্রেসলেট
- ☐ পরিচয়পত্র

প্রয়োজনীয় নম্বরসমূহ

911

জরুরি ও নিরাপত্তা সেবার জন্য

937

চিকিৎসা সংক্রান্ত পরামর্শ ও
জিজ্ঞাসার জন্য

920002814

আল্লাহর মেহমানদের জিজ্ঞাসার জবাবের জন্য হজ্জ ও
উমরা মন্ত্রণালয়ের যোগাযোগ কেন্দ্র

1966

মসজিদে হারাম ও মসজিদে নববী সংক্রান্ত
অনুসন্ধানের জন্য

হজ্জের অন্যান্য সকল নির্দেশিকা হজ্জ ও উমরা মন্ত্রণালয়ের ওয়েবসাইটে বিদ্যমান (এখানে ক্লিক করুন)।

এসব নির্দেশিকাতে সুষ্ঠু ও সুন্দরভাবে হজ্জ সম্পন্ন করতে প্রয়োজনীয় সকল তথ্য ও দিক-নির্দেশনা বিদ্যমান।



কৌশলগত অংশীদার

أوقاف
الهيئة العامة للأوقاف
GENERAL AUTHORITY FOR AWQAF

هيئة الهلال الأحمر السعودي SAUDI RED CRESCENT AUTHORITY

وقاية
هيئة الصحة العامة
PUBLIC HEALTH AUTHORITY

وزارة الصحة
Ministry of Health

الدفاع المدني

هيئة الزكاة والضريبة والجمارك
Zakat,Tax and Customs Authority

SFDA
الهيئة العامة للغذاء والدواء
Saudi Food & Drug Authority

الهيئة العامة للنقل
TRANSPORT GENERAL AUTHORITY

আল্লাহ আপনাদের আমল ও প্রচেষ্টাগুলো কবুল করুন

দিক-নির্দেশনামূলক অন্যান্য তথ্যের জন্য
সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে
আমাদের একাউন্টগুলো অনুসরণ করুন

Haj.gov.sa | @HajMinistry

وزارة الحج والعمرة
MINISTRY OF HAJJ AND UMRAH